

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN  
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMK  
MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN  
SLEMAN YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun Oleh:  
Reni Yunila Sari  
1610104269**



**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV BIDAN PENDIDIK  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2017**

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN  
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMK  
MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN  
SLEMAN YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar  
Sarjana Sains Terapan  
Program Studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma IV  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
di Universitas „Aisyiyah  
Yogyakarta



**Disusun Oleh:  
Reni Yunila Sari  
1610104269**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV BIDAN PENDIDIK  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2017**

---

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN  
ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMK  
MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN  
SLEMAN YOGYAKARTA**

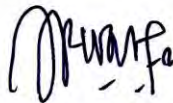
**NASKAH PUBLIKASI**

**Disusun Oleh:  
Reni Yunila Sari  
1610104269**

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Dipublikasikan  
Program Studi Bidan Pendidik Diploma IV  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Di Universitas 'Aisyiyah  
Yogyakarta

Telah disetujui oleh pembimbing  
Pada Tanggal 21 Juli 2017

Pembimbing



Yuni Purwati, S.Kep.,Ns, M.Kep



# HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMK MUHAMMADIYAH 1 MOYUDAN SLEMAN YOGYAKARTA<sup>1</sup>

Reni Yunila Sari<sup>2</sup>, Yuni Purwati<sup>3</sup>

## INTISARI

**Latar Belakang:** Pada tahun 2013, diketahui prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7% dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 57,1 % penderita berumur 15-24 tahun. Wanita mempunyai risiko terkena anemia paling tinggi terutama pada remaja putri (Kemenkes RI, 2014). Sementara itu, status gizi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya anemia.

**Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 1 Moyudan.

**Metode penelitian:** Penelitian ini merupakan penelitian analitik kolerasi, dengan pendekatan cross sectional. Sampel yang digunakan diambil berdasarkan teknik purposive sampling, yaitu sebanyak 52 orang remaja putri kelas x di SMK Muhammadiyah Moyudan 1 Sleman Yogyakarta. Instrumen pengumpulan data berupa timbangan, alat ukur tinggi badan, dan alat pengukur Hb. Data dikumpulkan secara langsung berdasarkan hasil ukur yang diperoleh. Data dianalisis menggunakan uji spearman ranks.

**Hasil:** Sebagian besar remaja putri yang memiliki status gizi Underweight mengalami anemia ringan, yaitu sebanyak 13 orang (76,4%), mayoritas remaja putri yang memiliki status gizi normal tidak mengalami anemia, yaitu sebanyak 22 orang (71%), sedangkan remaja putri yang memiliki status gizi overweight seluruhnya tidak mengalami anemia (100%). Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan Sleman Yogyakarta ( $p\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0,05$ ).

**Simpulan dan Saran:** Ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri. Oleh karena itu remaja putri diharapkan dapat memperhatikan pola makan dan asupan gizi seimbang dengan mengkonsumsi makanan yang sehat dan memenuhi semua unsur gizi yang diperlukan.

Kata kunci : Status gizi, Anemia Remaja Putri

Kepustakaan : 20 buku (2007-2016), 7 jurnal, 5 website, 3 skripsi

<sup>1</sup>Judul Skripsi

<sup>2</sup>Mahasiswa Program Studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma IV Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas „Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup>Dosen Universitas „Aisyiyah Yogyakarta

## PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO), prevalensi anemia dunia berkisar 40-88%. WHO memberikan batasan bahwa prevalensi anemia di suatu daerah dikatakan ringan jika berada dibawah angka 10% dari populasi target, kategori sedang jika 10-39% dan gawat jika lebih dari 39%. WHO memperkirakan bahwa lebih dari 2 milyar orang di seluruh dunia menderita anemia, dengan 50% dari anemia disebabkan oleh anemia defisiensi besi.

Prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7% dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 57,1 % penderita berumur 15-24 tahun. Wanita mempunyai risiko terkena anemia paling tinggi terutama pada remaja putri (Kemenkes RI, 2014). Posisi di Daerah Istimewa Yogyakarta untuk prevalensi anemia remaja putri tersebut hampir mendekati nilai ambang masuk kategori gawat yaitu (36,00%) (Dinkes, 2012). Hasil penelitian Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta dan Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada (2013) menyatakan bahwa sekitar 34% remaja putri di Daerah Istimewa Yogyakarta mengalami anemia.

Menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman Yogyakarta tahun 2013 terdapat sebanyak 18,5 % remaja putri dengan anemia di Kabupaten Sleman Yogyakarta. Menurut WHO jika prevalensi anemia didapatkan dari populasi lebih dari 15% maka menjadi salah satu masalah nasional.

Remaja putri memiliki berbagai masalah kesehatan, salah satunya adalah masalah anemia. Keadaan itu dimulai ketika seorang perempuan memasuki masa remaja,

dewasa, sampai usia lanjut. Mulai dari usia remaja sampai dewasa, normalnya perempuan akan mengalami periode menstruasi atau haid dalam perjalanan hidupnya. Menstruasi akan mengakibatkan terjadinya anemia pada remaja putri karena berkurangnya sel darah merah (hemoglobin) yang hilang dalam jumlah yang banyak saat menstruasi.

Keadaan ini yang menimbulkan rawan masalah anemia gizi besi pada saat remaja putri beranjak menjadi wanita dewasa. Anemia yang timbul memerlukan penanggulangan yang baik. Jika anemia terjadi dalam jangka waktu yang lama dan tidak diatasi maka ketika wanita dewasa dengan anemia menikah kemudian hamil maka pada saat masa kehamilan berlangsung dapat menimbulkan resiko kerusakan pada jantung, otak, dan organ lainnya dalam tubuh.

Prevalensi anemia yang tinggi dikalangan remaja jika tidak tertangani dengan baik akan berlanjut hingga dewasa dan berkontribusi besar terhadap angka kematian ibu, bayi lahir prematur, dan bayi dengan berat lahir rendah (Robertus, 2014).

Upaya penanggulangan anemia remaja di Indonesia memiliki tiga strategi, yaitu suplementasi besi, pendidikan gizi dan fortifikasi pangan. Program suplementasi yang dilakukan pemerintah adalah Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi (PPAGB) dengan sasaran kelompok anak sekolah menengah. Program bagi remaja putri dilakukan melalui promosi dan kampanye melalui sekolah secara mandiri dengan cara suplementasi zat besi dosis 1 tablet seminggu sekali minimal selama 16 minggu, dan dianjurkan minum 1 tablet setiap hari selama haid (Kementrian Kesehatan RI, 2011).



Status gizi adalah salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya anemia. Maka, konsumsi makanan sebagai asupan gizi remaja putri perlu mendapatkan perhatian yang utama. Oleh karena itu Pedoman Umum Gizi Seimbang atau (PUGS) melalui sekolah dan cara memilih makanan yang sehat dan pengetahuan kesehatan mengenai kesehatan reproduksi remaja perlu di berikan sedini mungkin (Wijanarka, 2009).

Kekurangan gizi merupakan penyebab anemia yang mencapai persentasi sekitar 85,5%. Asupan gizi sehari-hari dipengaruhi oleh ketersediaan bahan pangan, pola makan dan peningkatan kebutuhan akan zat besi untuk pembentukan sel darah merah yang lazim berlangsung pada masa pertumbuhan (Wibowo, 2013).

Allah berfirman dalam surat „A ba sa ayat 24

فَإِنْ لَّمْ تَفْعَلُوا وَلَنْ تَفْعَلُوا فَاتَّقُوا النَّارَ الَّتِي وَقُودُهَا النَّاسُ  
وَالْحِجَارَةُ أُعِدَّتْ لِلْكَافِرِينَ ﴿٢٤﴾

Ayat ini mnjelaskan bahwa manusia harus memperhatikan makanannya. Setiap remaja putri hendaknya memperhatikan asupan makanan yang dikonsumsi agar kebutuhan zat besi dalam tubuh terpenuhi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang di lakukan di SMK Muhammadiyah Moyudan Yogyakarta pada tanggal 28 November 2016, Informasi yang didapatkan dari salah satu petugas UKS bahwa di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan Sleman Yogyakarta belum pernah mendapatkan skrining dari Puskesmas terkait tentang anemia dan pemeriksaan HB. Berdasarkan hasil wawancara dengan 10 siswi kelas X di dapat kan hasil 1 siswi mengatakan bahwa dirinya merasa

pusing dan tampak pucat. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dari 10 siswi terdapat 5 siswi yang mengatakan jarang sarapan dengan alasan diet atau menjaga tubuh agar tidak gemuk. Peneliti melakukan pemeriksaan Hb pada 5 siswi sebanyak 2 siswi yang menderita anemia (anemia ringan 1 siswi dan anemia sedang 1 siswi), dan dilakukan penilaian status gizi dengan kriteria IMT menurut Proverawati dan Asfuah (2009) didapatkan hasil bahwa 2 siswi yang menderita anemia dengan status gizi kurang sebanyak 1 siswi dan ststus gizi normal sebanyak 1 siswi. Berdasarkan latar belakang dan studi pendahuluan yang telah dilakukan, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan Yogyakarta”

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancana penelitian analitik kolerasi yaitu proses investigasi sistemik, untuk mengetahui hubungan antara dua atau lebih variabel (Sulistyaningsih, 2011). Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini adalah cross sectional yaitu merupakan rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat yang bersamaan (sekali waktu). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas x jurusan jasa boga di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan Sleman Yogyakarta yaitu sebanyak 60 remaja putri. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling*, dan didapatkan jumlah responden sebanyak 52 remaja putri. Penelitian ini menggunakan data primer. Dalam penelitian ini alat/instrument yang di gunakan adalah timbangan injak digital merk

carmy, alat ukur tinggi badan dengan merk *microtoise*, dan alat pengukur hb dengan merk *easy touch*. Analisa data yang digunakan pada penelitian ini adalah uji statistik parametrik dengan melakukan uji normalitas menggunakan *Kolmogorov smirnov* dan metode yang digunakan adalah *rank correlation (sperman rank)*.

## HASIL ANALISIS

### 1. Analisis Univariat

#### a. Status gizi

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Kategori Status Gizi

No.	Status Gizi	Frekuensi (n=52)	%
1	Underweight	17	32,7%
2	Normal	31	59,6%
3	Overweight	4	7,7%
	Total	52	100%

Sumber: Data Primer 2017

Dari hasil pengukuran status gizi pada 52 remaja putri di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan Sleman Yogyakarta didapatkan data 59,6% remaja putri dengan kategori normal, dan 7,7% remaja putri dengan kategori overweight.

#### b. Kejadian anemia

Tabel.4.2 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Kategori Kejadian Anemia

No	Kejadian Anemia	Frekuensi (n=52)	%
1	Tidak Anemia	28	53,9%
2	Anemia Ringan	22	42,3%
3	Anemia Sedang	2	3,8%
	Total	52	100%

Dari hasil pengukuran kadar Hb pada 52 remaja putri didapatkan data

bahwa 53,9% remaja putri tidak anemia, 42,3% remaja putri dengan anemia ringan, dan 3,8% remaja putri dengan anemia sedang.

## 2. Analisis Bivariat

### c. Hubungan antara Status Gizi dengan Kejadian Anemia

Tabel 4.3 Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri

No	Status Gizi	Kejadian Anemia						Total	Sig	
		Tidak anemia		Anemia ringan		Anemia Sedang				
		N	%	N	%	N	%			N
1	Underweight	2	3,8%	13	25%	2	3,8%	17	32,6%	0,000
2	Normal	22	42,3%	9	17,3%	0	0 %	31	59,6%	
3	Overweight	4	7,7%	0	0%	0	0%	4	7,7%	
Total		28	53,8%	22	42,3%	2	3,8%	52	100%	

Sumber : Data Primer, 2017

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa mayoritas responden dengan status gizi normal tidak mengalami anemia, yaitu sebanyak 22 orang (42,3%). Sementara itu, responden dengan status gizi buruk (underweight) mayoritas mengalami anemia ringan, yaitu sebanyak 13 orang (25%). Sedangkan responden yang memiliki status gizi lebih tidak ada yang mengalami anemia, yaitu sebanyak 4 orang (7,7%). Berdasarkan hasil analisis statistik menggunakan uji Spearman's rho didapatkan hasil p value = 0,000 ( $\alpha = 0,05$ ) yang berarti bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan, hasil analisis dengan uji Spearman's rho juga menunjukkan nilai Correlation Coefficient = 0,701, yang menunjukkan arah hubungan yang positif antara status gizi dengan kejadian anemia yang berarti bahwa semakin baik status gizi remaja maka semakin tidak mengalami anemia.

## PEMBAHASAN

### 1. Status gizi

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa dari 52 responden mayoritas diantaranya memiliki status gizi normal, yaitu sebanyak 31 responden (59,6%) dan sebanyak 17 orang (32,6%) memiliki status gizi kurang (underweight), sementara sebagian kecil lagi yaitu sebanyak 4 orang (7,7%) memiliki status gizi lebih (overweight). Hal ini dipengaruhi oleh tinggi badan dan berat badan yang berbeda-beda pada setiap responden. Seseorang yang memiliki status kesehatan yang baik maka pertumbuhan dan perkembangan juga akan baik. Dalam penelitian ini mayoritas responden sudah memiliki status gizi normal, hal ini sudah merupakan suatu hal yang baik karena status gizi sangat berpengaruh terhadap kondisi kesehatan seseorang.

Status gizi adalah keadaan seseorang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan, dan penggunaan zat gizi dari makanan dalam jangka waktu yang lama. Penilaian status gizi secara langsung dapat di bagi menjadi empat penilaian yaitu antropometri, klinis, biokimia, dan biofisik (Supariasa, 2010). Gizi merupakan kebutuhan yang penting bagi remaja, hal tersebut sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Sitiningsih dalam Rumpiati (2010) bahwa gizi atau nutrisi yang baik pada masa remaja memungkinkan kesehatan yang baik, pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, gizi yang cukup dan baik juga membentuk kecerdasan otak, jiwa dan kehidupan sosial. Status gizi pada remaja dapat ditingkatkan

dengan mengkonsumsi makanan yang memenuhi zat-zat gizi.

### 2. Kejadian Anemia

Sementara itu dari data yang tertuang dalam tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 52 responden terdapat 28 orang (53,9%) yang tidak mengalami anemia, terdapat 22 orang (42,3%) yang mengalami anemia ringan, dan terdapat 2 orang (3,8%) yang mengalami anemia sedang. Walaupun tidak menunjukkan angka yang begitu signifikan, namun dapat diketahui bahwa lebih dari setengah responden yang merupakan remaja wanita dalam penelitian ini tidak mengalami anemia. Hal ini merupakan sebuah hal yang cukup baik, mengingat dampak yang dapat terjadi pada siswi remaja apabila mengalami anemia. Kekurangan zat gizi dapat menyebabkan mereka mengalami anemia yang menyebabkan kelelahan, sulit konsentrasi sehingga remaja pada usia bekerja menjadi kurang produktif. Remaja membutuhkan lebih banyak zat besi terutama para wanita, karena setiap bulanya mengalami haid yang berdampak kurangnya asupan zat besi dalam darah sebagai pemicu anemia (Istiany & Rusilanti, 2013). Anemia didefinisikan sebagai jumlah sel darah merah dalam darah yang lebih rendah di bandingkan normal, biasanya diukur sebagai penurunan konsentrasi hemoglobin (Hb), protein kaya zat besi dalam darah yang membawa oksigen ke semua sel, dan hematokrit (Ht), konsentrasi relative dari komponen darah yang padat (Hackley, 2013). Anemia merupakan salah satu kelainan darah yang umum terjadi ketika kadar sel darah yang umum



terjadi ketika kadar sel darah merah (eritrosit) dalam tubuh menjadi terlalu rendah. Hal ini dapat menyebabkan masalah kesehatan karena sel darah merah mengandung hemoglobin, yang membawa oksigen ke jaringan tubuh. Anemia dapat menyebabkan berbagai komplikasi termasuk kelelahan dan stres pada organ tubuh.

### **3. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia**

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Muhammadiyah I Moyudan Yogyakarta yang tertuang dalam tabel 4.3 dapat diketahui bahwa mayoritas responden dengan status gizi normal tidak mengalami anemia, yaitu sebanyak 22 orang (42,3%). Hal ini menunjukkan bahwa status gizi normal merupakan faktor yang menunjang seseorang untuk tidak mengalami anemia. Namun dari responden yang memiliki status gizi normal masih terdapat 9 orang (17,3 %) yang mengalami Anemia ringan. hal ini mungkin dikarenakan asupan nutrisi yang berbeda-beda pada setiap responden, bisa jadi responden memiliki status gizi normal berdasarkan pengukuran IMT, namun zat gizi terutama zat besi tidak tercukupi dengan baik. Menurut Sitiningsih dalam Rumpiati (2010), bahwa status gizi atau nutrisi yang baik pada masa remaja memungkinkan kesehatan yang baik, pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, gizi yang cukup dan baik juga membentuk kecerdasan otak, jiwa dan kehidupan sosial. Status gizi pada remaja dapat ditingkatkan

dengan mengkonsumsi makanan yang memenuhi zat gizi.

Responden dengan status gizi kurang (underweight) mayoritas mengalami anemia ringan, yaitu sebanyak 13 orang (25%). Hal ini menunjukkan bahwa status gizi kurang menjadi salah satu faktor yang menyebabkan remaja mengalami anemia. Sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Sunita (2010), bahwa status gizi kurang berarti bahwa zat – zat gizi penting salah satunya adalah zat besi tidak dapat dipenuhi dengan baik. Namun bukan tidak mungkin ada orang dengan status gizi kurang berdasarkan IMT, memiliki kadar HB yang normal atau tidak anemia. Hal ini dikarenakan penentuan status gizi menggunakan IMT bergantung pada BB dan TB, sementara asupan nutrisi yang sesungguhnya tidak dapat dipastikan.

Responden yang memiliki status gizi lebih tidak ada yang mengalami anemia, yaitu sebanyak 4 orang (7,7%). Hal ini berarti bahwa status gizi menunjukkan cukup atau tidaknya nutrisi dalam tubuh, pada remaja dengan status gizi lebih dapat diartikan bahwa asupan nutrisi terpenuhi dengan baik, walaupun sering kali orang dengan status gizi lebih cenderung akan malas melakukan aktivitas seperti olah raga dan sebagainya. Menurut Sunita (2007), gizi lebih menyebabkan kegemukan atau obesitas. Kelebihan energi yang dikonsumsi disimpan didalam jaringan dalam bentuk lemak. Kegemukan merupakan salah satu faktor resiko dalam terjadinya berbagai penyakit degeneratif. Menurut Thompson (2010) status gizi mempunyai korelasi positif dengan konsentrasi hemoglobin,

artinya semakin buruk status gizi seseorang khususnya remaja putri, dimana remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya maka semakin rendah kadar hemoglobinnya dan begitu juga sebaliknya.

Hasil analisis statistik menggunakan uji Spearman's rho didapatkan hasil  $p \text{ value} = 0,000$  yang berarti bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan Sleman Yogyakarta. Hasil penelitian ini secara statistik juga menunjukkan arah hubungan yang positif antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri dengan nilai Correlation Coefficient sebesar 0,717.

## PENUTUP

### 1. Simpulan

Sebagian besar remaja putri di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan Sleman Yogyakarta memiliki status gizi normal, yaitu sebanyak 31 orang (59,6%).

Sebagian besar remaja putri di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan Sleman Yogyakarta adalah tidak mengalami anemia, yaitu sebanyak 28 orang (53,8%).

Sebagian besar remaja putri di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan Sleman Yogyakarta yang memiliki status gizi Underweight adalah mengalami anemia ringan, yaitu sebanyak 13 orang (25%). Sedangkan remaja putri yang memiliki status gizi normal mayoritas tidak mengalami anemia, yaitu sebanyak 22 Orang (42,3%). Sementara itu seluruh remaja putri yang memiliki status gizi overweight tidak mengalami anemia, yaitu sebanyak 4 orang (7,7%).

Hasil analisis statistic uji Spearman's rho menunjukkan  $p \text{ value} = 0,000$  ( $< \alpha = 0,05$ ) yang berarti bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan Sleman Yogyakarta. Hasil penelitian ini menunjukan arah hubungan yang positif antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri dengan nilai Correlation Coefficient sebesar 0,717, yang berarti bahwa semakin baik status gizi remaja putri maka semakin tidak mengalami anemia.

### 2. SARAN

Hasil penelitian ini diharapkan remaja putri dapat menjaga kondisi kesehatan, terutama pola makan dan asupan gizi seimbang dengan mengkonsumsi makanan yang sehat dan menghindari makanan cepat saji yang merupakan salah satu faktor penyebab anemia. Dengan demikian diharapkan agar remaja putri dapat lebih aktif dan produktif dalam beraktivitas baik di sekolah maupun diluar sekolah.

### DAFTAR PUSTAKA

Arumsari. (2008). *Faktor Risiko Anemia Pada Remaja Putri Peserta Program Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi*, Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan, Vol.2, No.2, Juni 2008 halm : 22-24, Available online : <http://ejournal.poltekkesjakarta3.ac.id>, diakses pada 06 Desember 2016.

Dinas Kesehatan DIY. (2013). *Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta Tahun 2012*, Yogyakarta, Dinas Kesehatan Provinsi DIY.

Hackley, B. Kriebs, J.M & Rousseum, M.E. (2013). *Buku ajar bidang pelayanan kesehatan primer*. EGC. Jakarta.

Handayani, L. (2013). *Peran Petugas Kesehatan Dan Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Besi*. Jurnal KESMAS Vol. 7 No.2 tahun 2013, <http://www.jurnal.uad.ac.id> diakses pada 26 febuari 2017.

Istianty, Ari dan Ruslianti. (2013), *Gizi Terapan*. Jakarta: Remaja Rosdakarya.

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). Nomor : 585/MENKES/SK/V/2007 *Tentang Pedoman Pelaksanaan Promosi Kesehatan di Puskesmas*, diakses pada 25 November 2015.

Kemantrian Kesehatan Republik Indonesia. (2011). *Upaya Penanggulangan Anemia Remaja di Indonesia*, diakses pada 15 November 2016.

Proverawati, A. (2009). *Gizi Untuk Kebidanan*. Yulia Medika, Yogyakarta.

Robertus EA. (2014). *Hubungan Antara Status Gizi Dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Tim Futsal Putra O2sn Smk Daerah Istimewa Yogyakarta*. Universitas Negeri Yogyakarta

Rumpiati, Ella, F dan Mustafidah, H, (2010). *Hubungan Antara Status Gizi Terhadap Kejadian Anemia Remaja Puteri*. Di peroleh pada tanggal 21 April 2017 di <http://jurnalmediagizipangan.files.wordpress.com>

Sulistyaningsih. (2011). *Metodologi Penelitian Kebidanan Kuantitatif-Kualitatif*, Yogyakarta, Graha Ilmu

Thompson, E, F,. (2010). *Nutrition and Diit Therapy*. Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta

Sunita, A.(2010). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Gramedia Pustaka, Jakarta.

Suparisa. (2010). *Penilaian Status Gizi*. Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta.

Wibowo,C. (2013). *Hubungan Antara Status Gizi dengan Anemia pda Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 3 Semarang*, Semarang : Program sarjana fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang

Wijanarka, M. (2009). *Kesehatan dan Gizi*. Jakarta : Rineka Cipta